

Aanbevelingen voor het dragen van zachte contactlenzen

Enkele goede gewoontes:

Was uw handen met water en zeep en droog ze goed af met een propere doek voordat u in contact komt met uw contactlenzen.

Waarom? Microben vanop uw handen kunnen ernstige ooginfecties veroorzaken. U bent hiervoor als lensdrager gevoeliger dan niet-lensdragers. Doordat deze microben ook soms in water gevonden worden, is het aangeraden u handen af te drogen voordat u uw lenzen aanraakt.

Draag nooit uw contactlenzen tijdens het slapen, tenzij anders aangegeven door uw oogarts.

Waarom? Slapen met gelijk welk type van contactlenzen verhoogt het risico op het krijgen van een ernstige cornea infectie, bacteriële keratitis genoemd. Sommige bedrijven maken contactlenzen, die men zowel tijdens de dag als tijdens het slapen kan dragen. Toch moeten mensen, die ervoor kiezen om zo'n soort lenzen te dragen, geïnformeerd worden dat ook bij die lenzen de kans op het oplopen van een ernstige infectie reëel is. Als oogarts zijn wij daarom geen voorstanders.

Houdt uw contactlenzen uit de buurt van water. Vermijd het dragen van lenzen tijdens het douchen, het nemen van een bad of tijdens het zwemmen.

Waarom? Acanthamoeba is een vrij levende amoëbe die vaak in water wordt terug gevonden (kraantjeswater, rivierwater, bronwater en andere waterbronnen). Ze kunnen ernstige hoornvliesinfecties veroorzaken. Gezien er regionale verschillen in waterkwaliteit bestaan, let men dus best goed op zowel thuis als tijdens het reizen. Infectie van acanthamoeba is vrij zeldzaam. Het is daarentegen een zeer moeilijk te behandelen infectie die heel pijnlijk kan zijn en ernstige hoornvlieslittekens veroorzaakt. Voor zwemmers of andere watersportbeoefenaars is het dragen van een zwembril op sterkte of een andere vorm van zichtcorrectie, zoals een laserbehandeling, misschien een betere optie. Zodra uw contactlenzen in aanraking gekomen zijn met water haalt u ze best uit en gooit u ze weg.

Benodigheden van de contactlensdrager:

Uw contactlenzen

Spoel uw contactlenzen steeds met contactlensvloeistof, nooit met water of speeksel. Dit is de beste manier om vuile restjes en microben van uw lenzen te halen. Contactlensvloeistof bevat ontsmettingsmiddel.

Bewaar uw lenzen dan ook nooit in water. Dit verhoogt aanzienlijk het risico op ooginfecties.

Vervang uw contactlenzen zo vaak als de fabrikant aanbeveelt. Bezuinig daar niet op.

Uw contactlenspotje en contactlensvloeistof

Spoel uw contactlenspotje na elk gebruik met contactlensvloeistof, nooit met water, ledig het en droog het uit met een proper doekje en laat het daarna verder open aan de lucht drogen.

Gebruik elke dag nieuwe verse vloeistof. Voeg nooit nieuwe vloeistof bij aanwezige 'oude' vloeistof in uw potje. Vloeistof die al even in uw potje aanwezig is kan reeds besmet zijn door kiemen, komende van uw contactlenzen of uw potje.

Vervang uw contactlenspotje minstens één maal om de drie maanden.

Bezoek aan de oogarts:

Breng jaarlijks een bezoek aan uw oogarts of zo vaak als hij/ zij aanbeveelt. Dit wordt algemeen aangeraden om uw ogen zo gezond mogelijk te houden tijdens het dragen van uw contactlenzen, alsook ter bevestiging van uw medisch voorschrift.

Wees voorbereid op het bezoek aan uw oogarts:

Breng uw bril mee hand voor het geval u uw contactlenzen dient uit te halen.

Breng de lenssterkte van uw lenzen mee, of neem een verpakking met de gegevens erop mee.